紐約州衛生部
預防孩童鉛中毒計劃

鉛可毒害人體，對孩童的影響尤為嚴重。如果鉛進入孩童體內，有可能導致下列後果:

- 智商減低
- 行為問題
- 發育問題
- 貧血症
- 腎臟損害
- 失去聽力

鉛可以存在舊油漆、灰塵、土壤及水中。部分治療腹瀉的傳統亞洲及南美洲藥物中也含有鉛成分。此外，某些從中東進口的化妝品中也會含有鉛的成分。

如何測試鉛？

- 從手指尖或血管抽取少量血液，檢查是否含鉛。抽血檢驗可在醫院、診所或化驗室進行。如果您不知道帶您的孩子前往何處化驗，請致電當地的衛生部門。

什麼導致孩童鉛中毒？

- 最常見的成因是來自含有鉛成分的油漆灰塵。如果地上有從牆上脫落的油漆灰塵或碎片，嬰孩有可能會吸吮接觸到鉛的手或玩具，或吸入含有鉛的灰塵。有些嬰孩會吃油漆碎片、泥土或咀嚼用鉛油漆塗成的窗台及樓梯扶手。

父母可採取下列措施以避免孩童鉛中毒:

- 不要讓孩童接觸脫落的油漆或碎裂的灰泥。
- 經常幫孩童洗手，以洗掉任何含鉛的灰塵或污垢。
- 經常清洗您孩子的玩具，尤其是可用牙齒咬的玩具。
- 使用涼水(而不是熱水)沖調奶粉或煮食。在使用涼水前，先讓它流最少一分鐘，以沖去水管內含有的鉛。
- 開啟罐頭後，把食物儲存在玻璃或塑膠容器中。
- 使用不含鉛的食具。有些食具的彩釉可能會含有鉛。請勿使用破裂的食具。
- 請注意您的嗜好。有些手工藝嗜好需要使用油漆、彩釉及焊料。這些材料可能會含有鉛。
- 請勿把工作上所接觸到的鉛帶回家。在建築業、修水管行業、油漆業、汽車修理業及其他某些行業工作的人士可能會接觸到鉛。
- 把工作服分開清洗。
- 不要讓孩童接近正在進行裝修的地方。舊油漆中可能含鉛。
- 避免讓孩童在土地上玩耍，尤其是在舊建築周圍及公路附近的土地上。請用沙池代替。
- 在天氣暖和開窗時，當您見到窗台及窗戶縫邊有灰塵時就應當清洗，並應每月清洗一次。
- 請致電當地的衛生部門，咨詢有關處理含鉛油漆問題的專業人員。

選用可降低鉛含量的食物。

- 高鐵及高鈣的食物可預防鉛中毒。

  鐵 -- 乾豆、瘦牛肉或豬肉、雞或火雞、菠菜、全穀麵包、雞蛋、吞拿魚及綠葉的蔬菜。

  鈣 -- 芝士、牛奶、酸乳酪、茅屋芝士(cottage cheese) 、雪糕、奶昔(milkshakes) 、布甸、忌廉湯(cream soups) 、 薄餅(pizza)、意大利式麵類（如 lasagna 及 macaroni cheese）。

給孩童健康的小食: 孩童空肚時容易吸收更多的鉛。

無論您如果回答下列危害評估問題，在孩童一歲及二歲的健康檢查時，您的醫生都需要抽取血液樣本以測量鉛的含量。鉛對 9 至 36 個月大的嬰孩的影響尤為嚴重。

在每次例行的健康檢察中，您的醫生必須為 6 至 72 個月大的孩童進行鉛危害評估。如果孩童被認為是暴露在高危害的環境下，就必須收集這些孩童的血液樣本。

危害評估問題

您的孩子是否:	**是**	**否**	**不知道**
1. 住在或定期前往在 1960 年以前建成的房屋，而該些房屋又有脫落的油漆？這些地方可包括日間托兒所、保姆或親戚的家等等。	☐	☐	☐
2. 住在或定期前往在 1960 年以前建成的房屋，而該些房屋並最近或正在進行或將進行裝修？	☐	☐	☐
3. 有兄弟姐妹、同住的人、或一起與您孩子玩的朋友因鉛中毒而接受治療？	☐	☐	☐
4. 經常與因工作或嗜好接觸到鉛的成人接觸？這些職業如: 油漆業、裝修業、建築業、接焊業或製瓷業。嗜好如製造嵌花玻璃或陶瓷、釣魚、製造軍器或收集含鉛成分的小模型。	☐	☐	☐
5. 住在主要的高速公路附近，而來自高速路的泥土或灰塵可能有被鉛污染？	☐	☐	☐

您的醫生可能會問更多與您社區有關的問題。如果您的家庭或孩子最近從外國回來或在其他發展中國家留過一段較長的時間，您應該告訴您的醫生。

如果您在上列任何一題的答案為“ 是” ，那麼您的孩子有可能會因暴露在高鉛含量的環境下而受到危害，並必須進行血液鉛含量檢查。如果您對這些問題不肯定，請與您的醫生討論。

如果您對這份資料有任何疑問，請與您的醫生討論，或致電當地衛生部門的預防孩童鉛中毒計劃。